

पान के गुण तथा उपयोग

Batel : Its Uses & Advantages

इस पुस्तक में पान से सम्बन्धित सभी आवश्यक विषयों तथा विभिन्न रोगों पर सरल भाषा में सचित्र तथा विस्तृत प्रकाश डाला गया है।

लेखक
राजेश दीक्षित



पुस्तक भण्डार का नया नाम
इस पुस्तक के प्रकाशक का नया पता
हिन्दु पुस्तक भण्डार

खारी बावली, दिल्ली-६ फोन : २६६३१४

श्रीरूम : नई सड़क, दिल्ली-६

१
२
३
४
५
६
७
८
९
१०
११
१२
१३
१४
१५
१६
१७
१८
१९
२०
२१
२२
२३
२४
२५
२६
२७
२८
२९
३०
३१
३२
३३
३४
३५
३६
३७
३८
३९
४०
४१
४२
४३
४४
४५
४६
४७
४८
४९
५०
५१
५२
५३
५४
५५
५६
५७
५८
५९
६०
६१
६२
६३
६४
६५
६६
६७
६८
६९
७०
७१
७२
७३
७४
७५
७६
७७
७८
७९
८०
८१
८२
८३
८४
८५
८६
८७
८८
८९
९०
९१
९२
९३
९४
९५
९६
९७
९८
९९
१००

पान के गुंरा तथा उपयोग





घर बैठे वैद्य हकीम बन जाइए



सात समुद्र पार विदेशों से खूबसूरत पैकिंग में आने वाली ठण्डे मुल्कों की एलोपैथिक औषधियाँ भारत जैसे गरम देश के निवासियों के स्वास्थ्य तथा धन को चौपट कर रही हैं। अपने देश में ही उत्पन्न वस्तुओं से तथा प्राकृतिक चिकित्सा की विधियों से अपने स्वास्थ्य तथा धन की रक्षा कर निरोग बने रहने के लिए निम्नलिखित पुस्तकें मंगाकर पढ़ें। आप दौंतों तले उंगली दबा लेंगे। 30) मू. की पुस्तकें एक साथ मंगाने पर डाक रबर्च माफ रहेगा। प्रत्येक आर्डर पर 'रोगों की चिकित्सा' तथा 'फैमिली चिकित्सा' नामक तीन रुपये मूल्य की दो पुस्तकें इनाम के रूप में मुफ्त दी जावेंगी।

2) मूल्य वाली पुस्तकें

धतूरा, नीम, पियाबाँसा, पुष्पगुलाब, अरण्ड, सौंफ, तम्बाकू, सिरस, जीरा, अदरक (सोंठ), मिर्ची, नींबू, आम, हरड़, बहेड़ा, पपीता, गिलोय, अजवाइन, अशोक, शूहर, चन्दन, केसर, केला, जामुन, इमली, चाय, छाछ (मट्ठा), खीरा, करेला, तोरई, टमाटर-पोदीना, पान, खजूर, सर्पगन्धा, लिसोड़ा, ब्राह्मीबूटी, चना, तेल-सरसों, किशमिश-मुनक्का-दारु, भुलबनफशा।

3) 50 मूल्य वाली पुस्तकें

रीठा, पीपल, बबूल, बरगद, मेहदी, संत्यानाई, इंद्रायण, ठाक, त्रिफला, प्याज, लहसुन, गाजर, मूली, कबू, मिर्च, धनियाँ, हल्दी, नमक, बादाम, कौड़ी, घी, सन्तरा, सेब, अनार, अमर, शहतूत, तरबूज, स्त्री रोग चिकित्सा, बाल रोग चिकित्सा, घर का फैमिली चिकित्सा, रोगों की चिकित्सा, डोटका चिकित्सा।

4) 50 मूल्य वाली पुस्तकें

आलू, ग्वारपाठा, तुलसी, हींग, शहद, फिटकरी, दूध, देही, पानी, आँवला, बथुआ-पालक-चौलाई, सुरे, किरण चिकित्सा, स्वमूत्र द्वारा चिकित्सा, मलेरिया चिकित्सा, फलों द्वारा चिकित्सा।

5) 50 मूल्य वाली पुस्तकें

प्रत्येक स्त्री-पुरुष अपना कद कैसे बढ़ाये, प्रत्येक स्त्री-पुरुष मोटापा कम कैसे करे, देहाती एकीषधि चिकित्सा।

6) मूल्य वाली पुस्तकें

मनचाही सन्तान, पुरुष रोग चिकित्सा, पैसे-पैसे के चुटकुले, चमत्कारी वृत्तियाँ।

7) 25 मूल्य वाली पुस्तकें

स्त्रियों के रोग व उनका इलाज, पुरुषों के रोग व उनका इलाज, देहाती प्राकृतिक चिकित्सा, सन्यासी चिकित्सा शास्त्र, देहाती अनुभूत योग संग्रह (दो भागों में अलग 2) धरेलू दवाइयों, टी.बी. (क्षय) तथा अन्य रोगों की प्राकृतिक चिकित्सा, हमारी आँखें।

8) 10 मूल्य वाली पुस्तकें

घर का वैद्य, विभिन्न रोगों की सरल प्राकृतिक चिकित्सा, प्राकृतिक चिकित्सा विज्ञान, प्राकृतिक चिकित्सा की महिमा, प्राकृतिक चिकित्सा के चमत्कार, पानी, धूप मिर्ची द्वारा सब रोगों की प्राकृतिक चिकित्सा, प्राकृतिक चिकित्सा में उपयोगी नुस्खे।



हिन्द पुस्तक भण्डार, रक्षी बावली, दिल्ली-6

शोक विक्री केन्द्र: गली केदार नाथ, बावली बाजार, दिल्ली-6.

शो रुम: नई सबक, दिल्ली-6, फोन: 269314, 265403, 264191

गुण तथा उपयोग सीरीज का ७५ पिच्छस्तरवां पुष्प

पान के गुण तथा उपयोग

[पान की विभिन्न किस्मों का परिचय, वानस्पतिक विवरण, रासायनिक संघटन, विभिन्न भाषाओं में नाम, गुण-वर्म, ताम्बूल सेवन विधि, कृषि, विभिन्न रोगों पर लाभकारी पान के औषधीय उपयोग तथा विशिष्ट योगों की सर्वाङ्गीण जानकारी प्रस्तुत करने वाली सचित्र पुस्तक]

लेखक
राजेश दीक्षित

1. प्राकृतिक चिकित्सा विज्ञान	मूल्य	12.00
2. प्राकृतिक चिकित्सा के चमत्कार	„	12.00
3. प्राकृतिक चिकित्सा महिमा	„	12.00
4. विभिन्न रोगों की प्राकृतिक चिकित्सा	„	12.00
5. पानी, घूप, मिट्टी द्वारा सब रोगों का इलाज	„	12.00

उपरोक्त पुस्तकें भी छपकर तैयार हैं ।

सभी प्रकार की पुस्तकें मिलने तथा बी. पी. द्वारा मंगाने का एक मात्र स्थान।



पुस्तक भण्डार का नया नाम
इस पुस्तक के प्रकाशक का नया पता

हिन्दु पुस्तक भण्डार

खरौ बावली, दिल्ली-६ कोन : २६६३१४

शोरूम : नई सड़क, दिल्ली-६

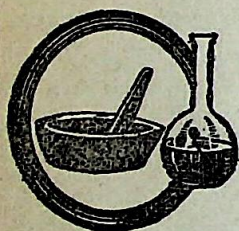
चेतावनी

भारतीय कापीराइट एक्ट के अधीन इस पुस्तक का कापीराइट भारत सरकार के कापीराइट आफिस द्वारा हो चुका है, अतः कोई सज्जन इस पुस्तक का नाम, अन्तर का मेटर, डिजाईन, चित्र का सैटिंग या किसी भी अंश को भारत की किसी भी भाषा में नकल या तोड़-मरोड़ कर छापने का साहस न करें; अन्यथा कानूनी तौर पर हर्ज-खर्च व हानि के जिम्मेदार होंगे।

—प्रकाशक

सावधान

आवश्यक सूचना



इस पुस्तक में संग्रहीत नुस्खे व विधियाँ लेखक व सम्पादक ने काफी सावधानी से लिखे हैं; फिर भी प्रेस, प्रूफरीडर की गलती अथवा व्यक्ति, देशकाल तथा जलवायु की प्रतिकूलता के कारण कोई नुस्खा हानिकारक भी हो सकता है या ठीक को चाहिए कि पुस्तक में लिखा कोई भी कार्य करने से पहले किसी दवालीफाइड वैज, हकीम, डाक्टर व

चिकित्सक से अवशर अवश्य ले लें, क्योंकि किसी नुस्खे के हानिकारक होने की दशा में लेखक, सम्पादक, पब्लिशर या प्रेस कतई जिम्मेदार नहीं होंगे।

—प्रकाशक

© कापीराइट देहाती पुस्तक भण्डार

मूल्य

भारत में : दो रुपया

विदेश में : पांच शिलिंग

प्रकाशक

देहाती पुस्तक भण्डार

चावड़ी बाजार दिल्ली-६

मुद्रक

टैक्निकल प्रिंटिंग प्रेस

सोनीपत (निकट दिल्ली)

दो शब्द

● हमारे देश के प्रायः सभी भागों में पान खाने का विशेष प्रचलन है। इसके साथ ही आसाम, बंगाल, उत्तर प्रदेश, मध्यप्रदेश, महाराष्ट्र, आंध्र, मैसूर, केरल, तमिलनाडु आदि राज्यों में पानों की खेती भी खूब की जाती है। देशभर में सर्वत्र पान की दुकानों को पाया जाना इसकी लोक-प्रियता का प्रबल प्रमाण है।

● पान का उपयोग केवल मुख-वृद्धि तक ही सीमित नहीं है। विभिन्न रोगों को दूर करने के औषधीय गुण भी इसमें प्रचुर परिमाण में पाये जाते हैं। पान के स्वरस की भावनाएं देकर विभिन्न औषधियों के गुणों में वृद्धि करना तथा अनुपान के रूप में पान के स्वरस का सेवन कराना चिकित्सक, समाज में सैकड़ों वर्ष से प्रचलित है। इस प्रकार पान स्वास्थ्योपयोगी गुणों का भण्डार है।

● प्रस्तुत पुस्तक में पान की विभिन्न किस्मों का परिचय, वानस्पतिक विवरण, रासायनिक संघटन, विभिन्न भाषाओं में नाम, कृषि ताम्बूल सेवन विधि, गुण-धर्म तथा प्रयोग एवं विभिन्न रोगों पर लाभकारी औषधीय योगों का विस्तृत एवं सचित्र विवरण प्रस्तुत किया गया है—आशा है, पाठकगण इससे पर्याप्त लाभ उठावेंगे।

● इस पुस्तक के लिए सामग्री चयन में हमें जिन-जिन सूत्रों से सहायता प्राप्त हुई है, उन सभी के प्रति हमें हृदय से कृतज्ञ हैं।

जगन्नाथपुरी, मथुरा।

—राजेश दीक्षित

समर्पण



सिकन्दराराऊ (अलीगढ़) निवासी
अपने परम आत्मीय
श्री रमेश चन्द्र जी दरगढ़
को
सस्नेह



विषय सूची

	पृष्ठसंख्या
सामान्य-परिचय	१०
वानस्पतिक-विवरण	१४
पान की उपज	१५
पान के भेद	१६
रासायनिक संघटन	२२
विभिन्न भाषाओं में पान के नाम	२४
गुण-धर्म तथा प्रयोग	२४
ताम्बूल-सेवन विधि	२६
पान के बीड़े में प्रयुक्त होने वाली वस्तुओं के संक्षिप्त गुण-धर्म	२६
प्रयोज्याङ्ग	३०
विभिन्न रोगों पर पान के औषधीय उपयोग	३१
पारे का विष	३१
कुचला का विष	३१
सर्प-विष	३१
बिच्छू, छिपकली आदि का विष	३२
भांग, गाजा, अफीम एवं मदिरा का नशा	३२
सन्तति-निरोध	३२
शीतजन्म स्वर-भङ्ग	३२
स्वर-शुद्धि	३२
कफजन्म कण्ठावरोध	३२
नासास्त्राव	३३
जुकाम	३३
बच्चों का डिफ्थीरिया	३३
बच्चों का अजीर्ण	३४
बच्चों की कुकरखांसी	३४
बच्चों की कोष्ठ वद्धता	३४
बच्चों की छाती का कफ	३४
बच्चों के रोगों पर अनुपान	३४

संख्या पृष्ठ

आँडकोषों में पानी उतर आना	३५
वेदनायुक्त व्रण	३५
मुँह के छाले	३५
शूल और शोथ	३५
श्लीपद	३६
सिर का दर्द	३६
कान का दर्द	३६
आँखों की बात-पीड़ा	३६
नेत्रामिष्यन्द	३७
हृदय की दुर्बलता	३८
ज्वर	३७
विषमज्वर	३७
श्वास	३७
आमाशय की निर्बलता	३८
मुँह की दुर्गन्ध	३८
पान के विशिष्ट औषधीय योग	३८
ताम्बूलासव (१)	३८
ताम्बूलासव (२)	३९
अर्कताम्बूल	४०
शर्बत ताम्बूल (१)	४०
शर्बत ताम्बूल (२)	४१
आवश्यक ज्ञातव्य	४१
पान की कृषि	४२



पान के गुण तथा उपयोग



सामान्य-परिचय

भारतवर्ष में पान खाने का शौक सहस्रों वर्ष पुराना है, अतः यहां के सभी निवासी इससे भली-भांति परिचित हैं। काश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक तथा आसाम से लेकर महाराष्ट्र तक सर्वत्र पान की दुकानें पाई जाती हैं।

पान के पत्ते को प्रायः कट्या, चूना लगाकर तथा सुपारी के टुकड़े रखकर खाया जाता है। हमारे देश के अनेक भागों में भोजन करने के बाद पान खाने का विशेष प्रचलन है। कुछ लोग तो दिन में कई-कई बार पान का सेवन करते हैं।

पान के पत्तों में विटामिन 'सी' प्रचूर परिमाण में पाया जाता है। यह हृदय, यकृत तथा मस्तिष्क के लिए बलवर्द्धक है। यह पाचन शक्ति को बढ़ाता तथा मुख को शुद्ध करता है। क्लोरोफिल से युक्त होने के कारण इसे दातों के लिए भी लाभकारी माना जाता है।

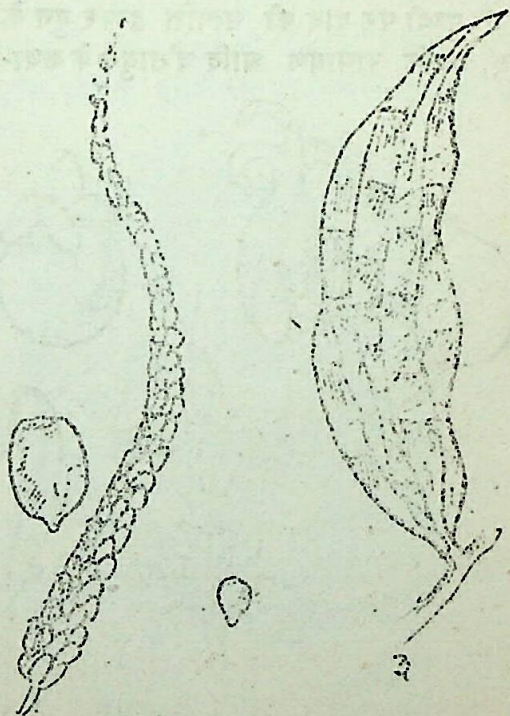
पान के पत्तों का रस औषध के रूप में व्यवहृत होता है। पान के रस में ज्वर तथा खांसी को नष्ट करने का विशेष गुण है। अनुमान रूप में यह अनेक औषधियों के साथ दिया जाता है।

हिन्दू लोग पान के पत्ते को बहुत पवित्र मानते हैं। पूजा-पाठ आदि धार्मिक कृत्यों में इनका प्रयोग किया जाता है।

आर्थिक दृष्टि से पान की खेती बहुत लाभदायक रहती है। पान के औषधीय उपयोग तथा कृषि के सम्बन्ध में विस्तारपूर्वक आगे लिखा जायगा।

पान की उत्पत्ति के सम्बन्ध में एक प्रचलित लोक कथा इस प्रकार है—

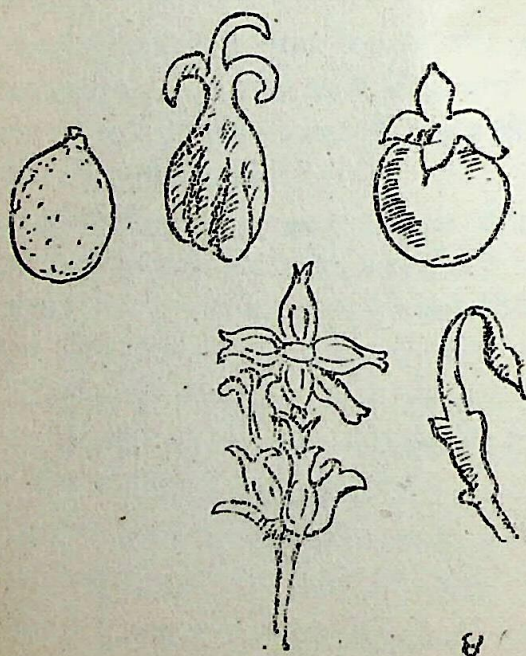
महाभारत के युद्ध के बाद जब पाण्डवों ने अश्वमेध यज्ञ किया, उस समय उन्हें माङ्गलिक कार्यों के लिए एक विशिष्ट प्रकार के द्रव्य की आवश्यकता अनुभव हुई। पाण्डवों ने इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए नागराज वासुकि के पास अपना एक विशेष दूत भेजा। तब वासुकि ने अपनी कराङ्गुली का अग्रभाग काटकर उस दूत को दिया



और यह कहा कि इसे भूमि में रोप देने से एक वनस्पति को बेल उत्पन्न होगी, जिसके पत्ते माङ्गलिक कार्यों के लिए प्रशस्त होंगे—इस प्रकार पाण्डवों की अभीष्ट-पूर्ति हो जायगी। दूत उसे लेकर पाण्डवों के पास लौट आया तथा पाण्डवों ने उसे पृथ्वी में बो दिया, जिससे

पान की बेल उत्पन्न हुई। नागराज की कराङ्गुली से उत्पन्न होने के कारण ही इस बेल का नाम 'नागपल्ली' रखा गया।

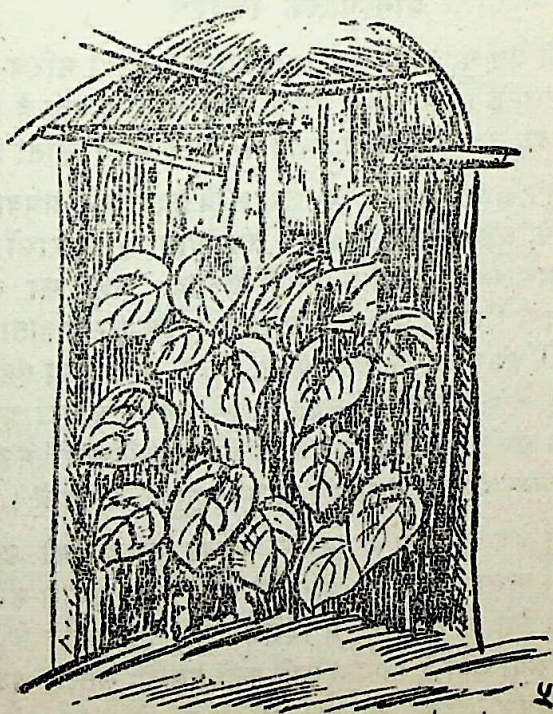
उक्त लोक-कथा 'बरई' (पान का ही व्यवसाय करने वाली, एक जाति विशेष) लोगों में विशेष प्रचलित है। परन्तु इसे पौराणिक दृष्टि से भी इसलिए प्रामाणिक नहीं माना जा सकता कि इस कथा के अनुसार तो पृथ्वी पर पान की उत्पत्ति द्वापर युग के अन्त में ही होनी चाहिए, जबकि रामायण आदि त्रेतायुग के कथा-ग्रन्थों में भी



पान (ताम्बूल) का वर्णन प्रचुरता से पाया जाता है तथा ऐसे प्रमाण मिलते हैं कि हम देश में पान का व्यवहार हजारों वर्ष पूर्व से होता चला आ रहा है।

औषध के रूप में पान का उपयोग बहुत बाद में प्रचलित हुआ, यह बात इससे सिद्ध है कि प्राचीन आयुर्वेदिक ग्रंथों में इसका उल्लेख नहीं पाया जाता। केवल 'चरक' के सूत्रस्थान में, मात्राशितीय अध्याय में रुचि-सौगन्ध की वृद्धि के लिए सुपारी, कंकोल, जायफल, इलायची तथा कस्तूरी के साथ इसे मुख में धारण करने का विधान वर्णित है तथा सुश्रुत के अन्नपान-विधि अध्याय में भी इसका ऐसे ही सन्दर्भ में उल्लेख किया गया है।

बहुत समय बाद जब वैद्यों को पान के औषधीय गुणों का अनुभव प्राप्त हुआ, तब वे इसके रस का उपयोग औषधियों में भावना



देने के रूप में करने लगे। वर्तमान काल में भी इसका सर्वाधिक औषधीय-उपयोग भावना देने अथवा अनुमान के रूप में ही किया जाता है।

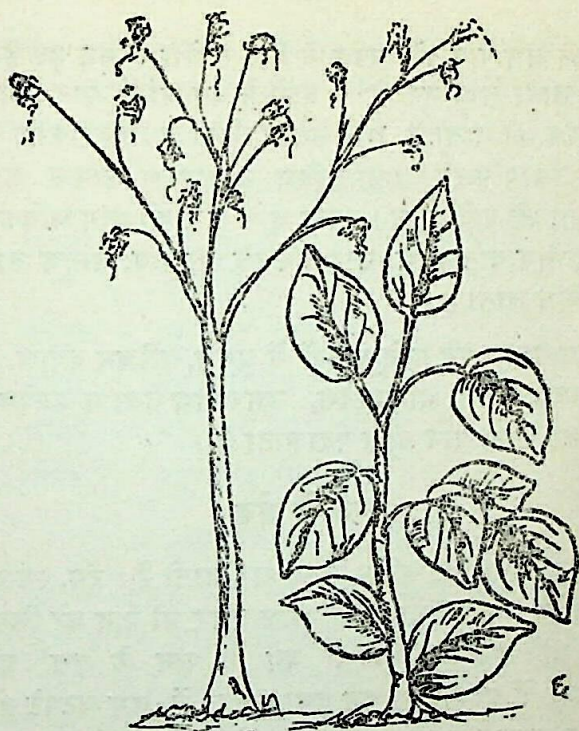
मुगलों के शासन-काल में ताम्बूल खानेका प्रचलन अत्यधिक हुआ और इसे विलास अथवा शौक की वस्तु समझा जाने लगा। तब से इस शौक का जनसाधारण में अत्यधिक प्रचलन हुआ है और आज भारतवर्ष के प्रायः सभी भागों के करोड़ों व्यक्ति नियमित रूप से इसका सेवन करने के आदी बन गये हैं।

वानस्पतिक विवरण

पान की बेल गुडूच्यादि वर्ग तथा पिप्पली अथवा मरिच-कुल की बहुवर्षीय लता है। यह १५ से २५ फुट तक लम्बी फैलती है। इसका तना कड़ा, दृढ़ तथा गांठ वाले स्थान पर कुछ मोटा होता है।

इस लता के पत्ते ३ से ८ इंच तक लम्बे हृदयाकृति अथवा अण्डाकार, चिकने, अग्रभाग में नोंकदार तथा प्रायः ७ शिराओं से युक्त होते हैं। खाने तथा औषधीय-प्रयोगों में प्रायः इन्हीं का व्यवहार किया जाता है। इनका पत्र-वृन्त लगभग १ इंच लम्बा होता है तथा पुष्प-काण्ड में ही गुच्छों में लगने वाले, वृन्त-रहित तथा एक लिङ्गी होते हैं। इसके फल गुच्छों में लगते हैं, जो लगभग चौथाई इंच लम्बे, मांसल तथा चपटे होते हैं। इन फलों को 'पान-पिप्पली' कहा जाता है। पुष्प बसन्त ऋतु में तथा फल ग्रीष्म ऋतु में लगते हैं।

पान की बेल को बांस के मण्डप अथवा लकड़ी की टट्टियों में लगाया तथा पाला जाता है। पान की खेती इसी ढंग से की जाती है। पान की खेती के सम्बन्ध में विशेष वर्णन इस पुस्तक के अन्तिम प्रकरण में किया गया है। परन्तु कहीं-कहीं इसकी लताएं वृक्ष आदि का आश्रय लेकर बढ़ती हुए पाई जाती हैं। ऐसी लताओं के पत्ते



बहुत छोटे, स्वाद में कड़ू तथा शिरा-जल से व्याप्त होते हैं।
 उन्हें निकृष्ट कोटि का माना जाता है। पान की बेल के पत्तों को
 ही 'पान' के नाम से पुकारा जाता है।

पान की उपज

पान की फसल के लिए मानसूनी वातावरण अधिक उपयुक्त
 रहता है। जिन जगहों पर पान की ठंडी छाया, उपयुक्त नमी तथा
 मिट्टी में तरी प्राप्त होती रहती है, वहां इसकी बेलें सरलता से
 बढ़ती हैं। इस दृष्टि से बम्बई का बेसिन प्रदेश तथा असम के पूर्वी-

तर पहाड़ी क्षेत्र पान की उपज के लिए सर्वोत्तम सिद्ध हुए हैं। यहां वृक्षों की छाया तथा सुपारी के वृक्षों के बगीचों में पान की खेती सुविधापूर्वक की जाती है और उनकी बेलों के लिए किसी प्रकार का ढांचा तैयार करने अथवा कृत्रिम वातावरण उत्पन्न करने की आवश्यकता भी नहीं होती। परन्तु चूंकि पान की मांग अधिक रहती है, अतः कृत्रिम वातावरण उत्पन्न करके इसे प्रायः सम्पूर्ण भारत में उत्पन्न किया जाता है।

पान उत्पन्न करने वाले राज्यों में असम, पश्चिम बंगाल, मैसूर, मद्रास, बम्बई, केरल, आन्ध्रप्रदेश, उत्तरप्रदेश तथा मध्यप्रदेश मुख्य हैं। श्रीलंका में भी पान बहुत पैदा होता है।

पान के भेद

देश-भेद से पान की अनेक किस्में पाई जाती हैं। रंग, स्वाद तथा गन्ध आदि की विभिन्नताओं के आधार पर भी पान की किस्मों के अनेक वर्ग माने गये हैं। एक ही वर्ग के पान के पत्ते अनुकूल परिस्थितियों में आकार में बड़े तथा स्वाद में कम चटपटे होते हैं, जबकि कम-अनुकूल अथवा प्रतिकूल परिस्थितियों में उत्पन्न उसी वर्ग के पत्ते आकार में छोटे तथा स्वाद में अधिक चटपटे पाये जाते हैं, अस्तु आकार एवं चटपटाहट के आधार पर इनका वर्गीकरण नहीं किया जा सकता।

‘राजनिघण्टु’ में पान के ७ भेदों का उल्लेख किया गया है—

१. श्रीवाटी (सिरिपाड़ी पान), २. अम्लवाटी (आंवाड़ेपान),
३. अम्लरसां (मालवा देशी पान), ४. पटूलिका (आन्ध्र देसी पान),
५. संतसा (सायसी पान), गुहागेर (अड़गर पान) तथा ७. ह्येस-णीया (समुद्रप्रान्ती पान)।

वर्तमान काल में भारत के विभिन्न राज्यों में पान की जो प्रमुख किस्में पाई जाती हैं। उनके नाम तथा विशेषताओं के सम्बन्ध से नीचे लिखे अनुसार समझना चाहिए।

आसाम की किस्में

१. असमी इस किस्म का पान मध्यम हल्के स्वाद वाला होता है।
२. बंगला यह बहुत हल्का होता है।
३. सांची यह सुगन्धित होता है।
- ४ खाजी यह बहुत-कड़ा होता है।
५. मीठा यह मीठा होता है।

उत्तरप्रदेश की किस्में

१. महोबा—इसके पत्ते मोटे तथा सबसे बड़े होते हैं। कच्चे होने पर कुछ अधिक चरपरे तथा पक जाने पर कम चरपरे लगते हैं। खाने पर इनकी छूँछ बहुत कम बचती है। यह किस्म उत्तरप्रदेश के अतिरिक्त मध्यप्रदेश के छतरपुर-रीवां क्षेत्र में भी खूब पैदा होती है।

२. मगही—इसके पत्तों का रंग सफेदोंलिए होता है। वे आकार में छोटे होते हैं तथा पकने पर भी मुलायम बने रहते हैं। इसी किस्म को एक उप-जाति 'जगन्नाथो' के नाम से प्रसिद्ध है। यह किस्म वाराणसी क्षेत्र में अधिक उत्पन्न होती है।

३. कपूरी—इस किस्म के पत्तों का रंग भी मगही से मिलता-जुलता है। इसके पत्ते मध्य मोटाई वाले तथा कुछ अधिक चरपरे होते हैं। परन्तु इसे अच्छी श्रेणी का नहीं माना जाता।

४. मद्रासी—यह किस्म भी कपूरी से मिलती-जुलती है तथा भिन्नकोटि की ही मानी जाती है।

५. देसीदिसावरी—इसके पत्ते पतले तथा लम्बी नोक वाले होते हैं। नसों गुलाबी रंग की होती हैं। यह किस्म खाने में बहुत उच्चकोटि की मानी जाती है।

६. देसी बंगला—इसके पत्ते देसदिसावरी से कुछ मोटे, छोटी नोक वाले तथा स्वाद में कुछ चरपरे होते हैं।

७. सेहुआ—इस किस्म के पत्ते पूर्वोक्त किस्मों से कुछ मोटे होते हैं तथा उनमें नसों भी अधिक होती हैं। यह मुंह में अधिक देर तक ठहरता है। यह किस्म उच्चकोटि की मानी जाती है।

८. कलकत्तिया बंगला—इस किस्म के पत्ते मोटे तथा लॉग जैसे चरपरे होते हैं। चबाने के बाद इसकी छूँछ बच जाती है। इसे मध्यम कोटि का माना जाता है।

९. ककेर—इस किस्म के पत्ते लम्बे, पतली नसों वाले तथा स्वाद में सामान्य होते हैं। इसे निम्नकोटि का माना जाता है।

पश्चिम बंगाल की किस्में

१. भुवन—यह किस्म 'बंगला पान' के नाम से प्रसिद्ध तथा लोक प्रिय है। इसे रोग निरोधक माना जाता है। औषधीय उपयोग में इसी किस्म को सर्वाधिक ग्रहण किया जाता है।

२. घोला गोडा—यह किस्म बहुत अच्छी मानी जाती है, परन्तु इसमें 'रोगशीलता' अधिक होती है। अतः इसका स्थान अब 'भुवन' ने ले लिया है तथा इस किस्म की खेती बहुत कम की जाती है।

३. सांची, ४. मगंही, ५. मीठा—इन तीनों किस्मों को केवल हावड़ा जिले में उत्पन्न किया जाता है और ये सभी बहुत अच्छी मानी जाती हैं।

महाराष्ट्र की किस्में

१. देसी—यह किस्म बम्बई के बेसिन, क्षेत्र में पैदा की जाती है तथा अत्यधिक लोक प्रिय है ।

२. बंगला—इस किस्म को पूना क्षेत्र में उत्पन्न किया जाता है । यह भी अच्छी किस्म है । इसका पत्ता लम्बा होता है ।

३. कुरही—इस किस्म को भी पूना क्षेत्र में पैदा किया जाता है इसके पत्ते सुडौल होते हैं ।

४. कपूरी, ५. काला—ये दोनों किस्में सौराष्ट्र-क्षेत्र में उगाई जाती हैं तथा वहां लोकप्रिय है ।

६. नलेकर—इसे बेसिन-क्षेत्र में उगाया जाता है । यह लम्बी, संकरी तथा अधिक उपज देने वाली किस्म है ।

७. कालापान—इस किस्म का पत्ता गहरे हरे रंग का, चौड़ा तथा चरपराहट लिए होता है । यह किस्म उत्तर भारत में अधिक लोक प्रिय है ।

आंध्र की किस्में

१. लवंगी, दिसावरी—ये दोनों किस्में हैदराबाद-क्षेत्र में उत्पन्न की जाती है और वहां अत्यधिक लोकप्रिय हैं ।

केरल की किस्में

१. देसी—इस किस्म के पत्ते छोटे होते हैं । इसे उत्तम श्रेणी की माना जाता है, परन्तु इसकी उपज कम होती है ।

२. कूटाकोटि—इस किस्म के पत्ते चौड़े होते हैं । यह देसी से अधिक उपज देने वाली सुधारी हुई किस्म है ।

३. पुडूकोटि—इस किस्म के पत्ते चौड़े होते हैं। तथा अधिक समय तक टिक सकते हैं।

४. नन्दन, ५. चीकन, ६. अलबाई, ७. तुलसी बेहीला, ८. वेन-मानी बेहीला ९. अत्थूकिरासी, १०. थोलासी, ११. आरीकोडी, १२. वेहमको तथा १३. कालकोडी—ये सभी किस्में सामान्य हैं। इनमें से कालकोडी किस्म खाने की दृष्टि से कुछ अच्छी मानी जाती है। इन्हें कोट्टायम जिले में अल्प परिमाण में उत्पन्न किया जाता है।

मैसूर की किस्में

१. कुम्बल वैली—इस किस्म का पत्ता स्वाद में चरपरा तथा आकार में बड़ा होता है।

२. कारी वैली—इस किस्म के पत्ते गहरे हरे, मध्यम आकार के कुछ चरपरे तथा देखने में भदे होते हैं। यह मैसूर की सर्वाधिक लोकप्रिय किस्म है। इसे 'कारी येली' भी कहा जाता है।

३. नागावैली—इसके पत्ते छोटे मधुर, कोमल तथा सर्प के फन जैसे आकार के होते हैं। इस किस्म की उपज कम होती है। इसे 'मलाक्की मैली' अथवा 'खासायेली' भी कहा जाता है। यह भी लोकप्रिय किस्म है।

४. अम्बादी—इस किस्म के पत्ते लम्बे, संकरे तथा गन्धयुक्त होते हैं।

५. शेडागर—इस किस्म के पत्ते बहुत लम्बे तथा चपटे आकार के होते हैं।

६. गिडागय—यह भी 'शेडागार' जैसी किस्म है, परन्तु इसके पत्तों का आकार कुछ छोटा होता है।

७. गंगेरी—इस किस्म के पत्ते गहरे हरे रंग के तथा स्वादिष्ट होते हैं। उनके निचली ओर गुलाबी नसें रहती हैं। यह उत्तम कोटि की किस्म है, परन्तु इसकी उपज कम होती है।

८. नागवेली ९. डोडग्या, १०. अम्बाडी—इन सामान्य श्रेणी की किस्मों को उत्तरी कनारा जिले के उपघाट क्षेत्र के नीचे उत्पन्न किया जाता है।

११. कारीयाले अथवा होसाकाली १२. नागावेली, १३. जनवेली ये भी सामान्य किस्में हैं, इन्हें भी उपर्युक्त क्षेत्र में ही पैदा किया जाता है।

१४. मचारो, १५. अमरवेल्ला, १६. मुन्दकम्—ये सामान्य किस्में क्विलोन जिले में पैदा की जाती हैं।

१७. नटन कोटी—इस किस्म के पत्ते छोटे तथा मुलायम होते हैं। इसे कोजीकोडे जिला में उत्पन्न किया जाता है। यह स्थानीय रूप में काफी लोकप्रिय है।

तमिलनाडु की किस्में

१. मार—इस किस्म के पत्ते बड़े, गोलाई लिए तथा स्वाद में कुछ चरपरे होते हैं। उत्तरी भारत में इसे अधिक पसन्द किया जाता है।

२. वेथालाई—इस किस्म के पत्ते गहरे हरे, चरपराहट-रहित तथा कुछ भद्दे आकार के होते हैं। इसे बहुतायत से पैदा किया जाता है।

३. कम्मेस—इस किस्म का पत्ता बड़े आकार का, अधिक गन्ध वाला तथा भद्दा होता है।

४. कर्पूर—यह मध्यमकोटि की किस्म है।

५. कपूरी—इस किस्म के पत्ते बड़े, पीले तथा कुछ चरपराहट लिए होते हैं।

६. सिफादा—यह कपूरी किस्म का ही एक भेद है। यह किस्म अधिक समय तक टिकाऊ रहती है।

७. खेसी—यह छोटे पत्तों वाली एक अच्छी किस्म मानी जाती है

८. वेल्टा कोडी, ९. चित्तू कोडी, १०. कर्पूर कोडी, ११. कल्लार कोडी—ये सभी अधिक गन्ध वाली मध्यमकोटि की किस्में हैं।

उक्त मुख्य किस्मों के अतिरिक्त क्षेत्रीय भागों वाली मगही, महोवा, सांची, महाराजपुरी, विलोआ, कपूरी, सुहागपुरी, फुलवा, रामटेकी आदि नामों वाली और भी अनेक किस्में हैं।

इनमें से कुछ बहुत अच्छी मानी जाती है और कुछ किस्में बहुत सामान्य होती हैं।

संक्षेप में, जिन किस्मों के पत्ते स्वाद में कड़ुए, अधिक छोटे, भद्दे आकार के तथा शिराफल से व्याप्त होते हैं, उन्हें निकृष्ट कोटि का तथा जिन किस्मों के पत्ते स्वादिष्ट, बड़े, अच्छे आकार के तथा कम शिराओं वाले होते हैं, उन्हें उत्तम कोटि का माना जाता है।

विभिन्न किस्मों वाले पानी में जहां वर्ण, स्वाद, गन्ध तथा आकार की विभिन्नता पाई जाती है, वहां उनके गुण-धर्म में भी न्यूनाधिक अन्तर पाया जाता है।

रासायनिक संघटन

पान के पत्तों में एक सुगन्धित, हल्के पीतवर्ण का, तीक्ष्ण वात नाशक तथा दाहकारक उड़नशील तेल ४% तक होता है। इस तेल में ही पत्तियों को विशिष्ट, गंधयुक्त करने वाला तथा उनके व्यावहारिक महत्व को बढ़ाने वाला 'फेनाल' नामक तत्व होता है। कार्बोलिक

ऐसिड की अपेक्षा ५ गुना अधिक एन्टीसेप्टिक एक 'चविकाल' नामक अतिशीघ्र उड़नशील तत्व तथा पत्तों की चरपराहट तथा रक्षता को अपनी मात्रा के अनुसार कम अधिक प्रमाण में रखने वाले सेस्क्विट-पैन' तथा 'केडेनीन' नामक तत्व भी पाये जाते हैं। इसके अतिरिक्त कुछ स्टार्च, शर्करा एवं कषाय द्रव्य भी इसमें होते हैं।

पुराने पान की अपेक्षा नए पान में उक्त तैल तथा 'डायस्टेस' एवं शर्करा की मात्रा अधिक पाई जाती है।

पूर्वोक्त उड़नशील तेल कृमिघ्न एवं जुकाम, खांसी, डिप्थीरिया, स्वरनाली का भंग एवं कण्ठ-प्रदाह आदि रोगों में लाभकारी है। डिप्थीरिया रोग में इस तेल की १ बूंद को १०० ग्रैन पानी में मिला कर कुल्ले कराने तथा इसका घुंघ्रा सूंघने से लाभ होता है। उक्त तेल के अभाव में १ बूंद तेल के स्थान पर ४ पानों का स्वरस लेने का भी विधान है।

प्रायः हर किस्म के पानों में थोड़े-बहुत पियोरिन, पियोरिडिन, एरेकोलीन तथा मरक्यूरिक आदि विषैले तत्व भी पाए जाते हैं। बंगला तथा मद्रासी पानों में इन विषैले तत्वों की मात्रा कुछ अधिक होती है।

मद्रासी पान में 'पियेरोबेटीन' नामक विष की मात्रा अधिक होती है, जो हृदय की गति को रोकता तथा उसे शिथिल बनाता है। पान के डंठल तथा अग्रभाग में ये विषैले तत्व अधिक होते हैं इसलिए पान का बीड़ा बनाते समय उनके डंठल तथा अग्रभाग को निकाल दिया जाता है। कत्था, चूना, सुपारी आदि के संयोग से तैयार किये गए पान के बीड़े में उक्त विषैले तत्वों का अधिकांश प्रभाव नष्ट हो जाता है।

विभिन्न भाषाओं में पान के नाम

विभिन्न भाषाओं में पान तथा पान की बेल को लिखित नामों से पुकारा जाता है।

संस्कृत १. ताम्बूल, २. ताम्बूली, ३. नागावल्ली, ४. ताम्बूलवल्ली, ५. पर्णवल्ली आदि।

हिन्दी १. पान, २. ताम्बूल, ३. नागरबेल आदि।

मराठी १. नागबेल, २. पानबेल, ३. विडयांचेपान

गुजराती १. नागरबेल।

बंगला १. पान, २. ताम्बूल

फारसी १. तम्बोल।

अबरी १. फान।

अंग्रेजी १. वीटल लीफ।

लैटिन १. पाइपर वीटल, २. चविका वीटल।

गुण-धर्म तथा प्रयोग

पान का पत्ता लघु, तीक्ष्ण, तिक्त, कटु, कषाय, कुछ क्षार युक्त, कटु विपाक, विशद् तथा उष्णवीर्य है। बंगला पान २ कक्षा में गरम तथा रुक्ष है। उष्ण प्रकृति वालों को यह प्रातःकाल में हानिकारक है

यह हृदय, मस्तिष्क, धारण शक्ति, बुद्धि तथा आमाशय को बलप्रद, आनन्दपूर्वक, रोमकूप तथा विबध का उद्घाटक, मूत्रल, मल-शोधक, स्वर तथा कण्ठ शोधक, मुख को स्निग्धता का शोधक, ओज को बलप्रद, क्षुधाप्रद तथा भूठी तृषा को शान्तिप्रद है इसे चबाने से दांतों की पीड़ा तथा मुख की दुर्गन्ध दूर होती है।

कफ-वात शामक, अनुलोमन, दुर्गन्ध-नाशक तथा मुख वैशद्य कारक होने के साथ ही यह दीपन, पाचन, कान्तिकर, अनुलोमन हृदयो-

तेजक, वाजीकरण, वशीकरण, व्रण रोपण, वेदना क्षमक तथा शीत प्रशमन भी है।

यह वातरक्त, ज्वर, कास, कृमि, शोथ, पीनस, क्लेद, कंडु आदि प्रयोज्य तथा रक्तपित्त कर एवं पित्त प्रकोपक है।

नया अथवा आघात पका हुआ पान सारक, दाहजनक, रक्तदूषक, वमन कारक, त्रिदोष कारक तथा अरुचिकर होता है।

पका हुआ पान वल्य, कामोत्तेजक, कान्तिकर तथा त्रिदोष नाशक होता है। हृदयावसाद, हृदयदौर्बल्य, अग्निमान्ध, विबन्ध, ध्वज-भंग, बहुमूत्र, कृमि रोग, प्रतिश्याय, कास, श्वास, स्वरभेद तथा मुख-रोग में पका हुआ पान उपयोगी सिद्ध होता है।

पके हुए पान में 'डायस्टेस' को पर्याप्त मात्रा रहने से वह स्टार्च आदि मिष्टमय पदार्थों को पचाने में सहायक सिद्ध होता है। चावल आदि मिष्टमय पदार्थ अधिक खाने वालों के लिए पके हुए पान का सेवन करना विशेष हितकर है।

कफ प्रधान रोगों में पका हुआ पान विशेष लाभकारी है। स्वर-यन्त्र-शोथ, नलिका शोथ तथा तमक-श्वास में पके हुए पान का रस मिलाना तथा इसे ऊपर से बांधना हितकर रहता है।

पान के पत्तों को ग्रन्थि शोथ, सामान्य शोथ तथा गुणों पर गरम करके बांधने से वेदना कम होती है तथा व्रण को लाभ होता है। दुर्गन्ध पूर्ण पूययुक्त व्रणों का शोधन करने में यह उपयोगी है। सिर दर्द में इसे कनपटी पर बांधने से लाभ होता है।

पान की जड़ को स्वर शुद्धि के लिए मुंह में रख कर चूसा जाता है। पान के फलों (पान पिप्पली) का चूर्ण शहद के साथ सेवन करने से कास रोग में लाभ होता है तथा कफ आसानी से निकल जाता है। उष्णवीर्य एवं पित्तप्रकोपक होने के कारण गर्भिणी स्त्री, बालक तथा

रक्तपित्त, उरःक्षत, क्षय, मद, मूर्च्छा, तीव्र-नेत्र विकार तथा विष-प्रकोप आदि पैत्तिक विकारों में पान का सेवन नहीं करना चाहिए। रक्त प्रकृति वाले व्यक्ति के लिए भी इसका सेवन अहितकर है। दंत-दुर्बलता, व्रण-पीड़ा, मुखशोषी तथा दुर्बल ज्वर रोगी के लिए भी यह हानिकर सिद्ध होता है।

ताम्बूल सेवन-विधि

आयुर्वेद में कहा गया है कि पान का सेवन करने से पूर्व उसके मध्य को शिरा को निकाल देना चाहिए, क्योंकि वह बुद्धि-नाशक होती है। पान के अग्रभाग (नोंक) तथा मूल भाग (डंठल) को भी निकाल देना चाहिए क्योंकि ये पाय अथवा रोग-कारक होते हैं।

वाचस्पति मिश्र के कथनानुसार पान की पहली पीक विष-तुल्य तथा दूसरी पीक मलभेदक होती है, अतः पहली दोनों पीकों को थूक देना चाहिए, परन्तु अन्य विद्वानों के मतानुसार ऐसा करना तभी आवश्यक है, जबकि पान में तम्बाकू डाली गई हो, अन्यथा पीक थूकने की जरूरत नहीं है।

पान का बीड़ा तय्यार करने से पूर्व पान के पत्ते की शुद्ध पानी से भली-भांति धोकर स्वच्छ कपड़े से पोंछ लेना चाहिए तथा उनके सड़े गले भाग को निकाल देना चाहिए।

अधिक दिनों का गलाया हुआ कत्था अथवा अधिक चूना लगा हुआ पान अहितकर होता है। ऐसे पानों के सेवन से दांतों में कृमि तथा पायोरिया आदि रोग हो जाते हैं तथा मुंह में कैंसर जैसा भयंकर रोग भी हो सकता है।

पान को मुंह में दबाकर सोना अहितकर होता है तथा दिन भर में ३-४ बार से अधिक पान खाना भी हानिकर सिद्ध होता है।

पान के बीड़ों से चूना आदि जो प्रक्षोभक द्रव्य होते हैं, उनके साथ ही तम्बाकू को मिला देने से मुंह को अन्तः त्वचा में व्रण होकर कैंसर आदि भयानक रोग उत्पन्न हो सकते हैं, अतः पान के बीड़े में तम्बाकू रख कर नहीं खानी चाहिए।

बीड़े के लिए काले (गहरे हरे) रंग के पान अच्छे नहीं होते। वे कसैले, तिक्त, उष्ण, दाह, मल तथा वक्त्र जाड्यकर होते हैं। शुभ्र अथवा पका हुआ पान कफ-वात के रोगों का नाशक, रोचक, दीपन तथा पाचक होता है, अतः उसी का सेवन करना चाहिए।

हमारे देश में पान का बीड़ा तय्यार करते समय उसमें चूना, कत्था तथा सुपारी आदि का प्रयोग किया जाता है। इसमें चूना वात-कफ को हरने वाला, कत्था पित्त को हरने वाला तथा सुपारी कफ-पित्त शामक होती है।

प्रातः कफ का समय होता है, मध्याह्न पित्त का समय तथा रात्रि वात का समय है। अस्तु प्रातःकाल के समय सुपारी, मध्याह्न के समय कत्था तथा रात्रि के समय बीड़े में बूना कुछ अधिक लेना ठीक रहता है। परन्तु चूना अत्यधिक मात्रा में कभी नहीं लेना चाहिए, क्योंकि उससे दांतों की जड़ें शिथिल हो जाती हैं।

पान के बीड़े में पड़ने वाला सुपारी कफ-वृद्धि को रोकती है, कत्था पित्त व शीत को शान्त करता है तथा कास, अरुचित, कण्डू आदि को दूर कर दांतों के लिए हितकर सिद्ध होता है। चूना उष्ण, क्षार तथा वातनाशक होता है। अतः पान के साथ यथोचित मात्रा में इन तीनों वस्तुओं का सेवन करना उचित है। पान में नई सुपारी डालना हानिकारक होता है, अतः हमेशा परिपक्व पुरानी सुपारी को ही पान में डालना चाहिए। बिना सुपारी के पान खाना अहितकर रहता है तथा बिना पान के अकेली सुपारी का सेवन करना हानिकर सिद्ध होता है।

पान में तम्बाकू डालकर सेवन करना अत्यन्त हानिकारक है, यह बात पहले कही जा चुकी है, यहां इतना लिख देना और आवश्यक है कि पान में तम्बाकू डालकर खाने से बार-बार थूकना पड़ता है, जिसके कारण उस लालास्राव की वर्बादी होती है, जो पाचन क्रिया के लिए अत्यन्त हितकर तथा आवश्यक पदार्थ है। तम्बाकू का सेवन करने से लाला ग्रंथियां शिथिल पड़ जाती है, फलतः वे लालास्राव कम उत्पन्न करती है, जिसके कारण स्वास्थ्य पर अत्यधिक हानिकारक प्रभाव पड़ता है। अस्तु पान में तम्बाकू का सेवन भूलकर भी नहीं करना चाहिए।

तम्बाकू के स्थान पर पान में लौंग, जावित्री, जायफल, नारियल की गिरी, कपूर, मुलहठी, सौंफ, छोटी इलायची तथा पिपरमेन्ट-क्रिस्टल जैसे सुगंधित एवं उड़नशील तेल युक्त वस्तुओं को सेवन करना अत्यन्त हितकर है। केसर, कस्तूरी तथा सोने के वर्क आदि भी विशेष गुणकारी होते हैं। इन सबसे अग्नि प्रदीप्त होती है। तथा रस रक्त आदि धातुओं, वातनाड़ियों, अमाशय, आंत, फुफ्फुस त्वचा एवं मस्तिष्क आदि पर इनका संशोधक, कीटाणु नाशक तथा उत्तेजक सुप्रभाव होता है।

भोजन करने के बाद पान का बीड़ा खाने से मुख-शुद्धि होती है तथा मुख में रहे हुए कफ, मल, कीटाणु तथा आहार के अणु आदि लालारस के साथ-साथ अमाशय में पहुंचकर पच जाते हैं। आंतों में एकत्र हुई वायु बाहर निकलकर मल की पुरःसरण क्रिया को बढ़ाती है जिसके फलस्वरूप शौच-शुद्धि नियमित हो जाती है।

जो लोग चावल, आलू आदि कार्बोहाइड्रेट युक्त पदार्थों का सेवन अधिक करते हों, उनके लिए पान के बीड़े का सेवन करना अत्यन्त हितकर रहता है। परन्तु दिन भर में ३-४ बीड़े से अधिक नहीं खाने

चाहिए यह बात पहले बताई जा चुकी है। इस संख्या से अधिक मात्रा में पान के बीड़े का सेवन अहितकर सिद्ध होता है।

यदि पान के बीड़े में चूना अधिक होने के कारण मुंह जल जाय तो तुरन्त ही दूध में शक्कर मिलाकर कुल्ली करनी चाहिए अथवा लोंग एवं नारियल की गिरी चबानी चाहिए। यदि कभी सुपारी लग जाय तो उस स्थिति में शीतल जल का सेवन करना हितकर तथा उचितर होगा।

पान के बीड़े में प्रयुक्त होने वाली वस्तुओं के संक्षिप्त गुण-धर्म

पान के बीड़े में जिन वस्तुओं का प्रयोग किया जाता है, उनके गुण-धर्म के विषय में संक्षेप में नीचे लिखे अनुसार समझना चाहिए।

१. चूना—यह उष्ण तथा दाहक है, परन्तु पान के साथ उचित मात्रा में प्रयोग करने से यह दांतों को मजबूत बनाता तथा हड्डियों को दृढ़ करता है। यह शरीर में लालरंग की वृद्धि करता है, परन्तु अधिक मात्रा में सेवन करने से हानिकर सिद्ध होता है।

२. कत्था—यह रक्त को शुद्ध करता है, दांतों को मजबूत बनाता है, मुंह के ब्रणों को नष्ट करता है, तथा अन्न नालिका की श्लेष्मल कला को अकुंचित करने वाला है।

३. सुपारी—यह मुख को स्वच्छ करने वाली तथा हृदयोत्तेजक है। परन्तु नई सुपारी का सेवन अहितकर होता है। बिना पान के सुपारी का सेवन करना अथवा अधिक मात्रा में सेवन करना हानिकारक है। इसके बौच का श्वेत भाग मादक होता है।

४. लोंग—यह पाचन-क्रिया में सहायक, कृमि और वात नाशक, यकृत के लिए हितकर तथा रक्ताभिसरण एवं श्वसन-क्रिया में उपकारक है।

५. इलायची—यह आंतों के पाचक-रस की उत्तम सावक, मूत्र-मार्ग के दाह की शामक, यकृत-क्रिया की सुधारक तथा पाचक होती है।

६. नारियल की गिरी—यह पान के बीड़े में चूने की तीव्रता का शमन करने वाली तथा बीड़े को मृदु बनाने वाली होती है।

७. मुलहठी—यह कण्ठशोधक, स्वर्य तथा शुक्र-वर्द्धक है।

८. गूँजापत्र—ये श्वास-शुद्धि कारक तथा बीड़े को मधुर बनाने वाले होते हैं।

९. कपूर—यह कफ-नाशक, हृदय के रक्तमिश्रण का उत्तेजक, मन को प्रसन्नतादायक, श्रमहारक, आंतों के शूल का नाशक, दांतों को दृढ़ करने वाला, जंतु नाशक, शिरःशूल तथा दन्तशूल का शामक तथा पाचक है।

१०. जायफल—यह पाचक, श्रम-परिहारक, हृदय, उत्तम निद्रा-कारक, वायु-नियामक तथा शुक्रस्तम्भक है।

११. कंकोल (कबाब चीनी)—यह उदर-वात-नाशक, मुख-दुर्गन्ध नाशक, पाचक तथा कंठ-शोधक है।

प्रयोज्याङ्ग

पान के पत्ते, पान की बेल की जड़ तथा पान के फल—ये तीनों वस्तुएँ औषधीय योगों में व्यवहृत होती हैं।

इसके फल—पान की पिप्पली—तथा जड़ के कुलिंजन के प्रतिनिधि के रूप में ग्रहण किया जाता है। पान की प्रतिलिधि लौंग है। इलायची, कत्था तथा सुपारी पान के दर्द-नाशक हैं।

विभिन्न रोगों पर औषधीय उपयोग

विभिन्न रोगों पर पान के औषधीय उपयोगों के सम्बन्ध में नीचे लिखे अनुसार समझना चाहिए—

पारे का विष

पान के पत्तों के स्वरस के साथ भांगरा एवं तुलसी के पत्तों का स्वरस तथा बकरी का दूध मिला कर शरीर पर ४-६ घंटे तक मालिश करके शीतल जल से स्नान करायें।

३ दिन तक यह उपचार नियमित रूप से करते रहने पर पारे के विष का विकार दूर हो जाता है।

कुचला का विष

पान की बेल की जड़ तथा पान के डंठलों का स्वरस १ से २० तोला तक पिलायें। यदि वमन न हो तो १ घण्टे के बाद पुनः पिलायें इस प्रकार २-३ दिन तक प्रातः सायं सेवन कराते रहने से वमन हो कर कुचला के विष का प्रभाव दूर हो जाता है। विष के प्रभाव के अनुपात को देखकर ही स्वरस की मात्रा भी निश्चित करनी चाहिए।

सर्प-विष

पान की बेल की जड़ को पान के बीड़े में रखकर खिलाने से रोगी को वमन होते हैं। यदि एक बार में न हों तो ऐसे २-४ बीड़े खिलाने चाहिए। इससे वमन होने पर सर्प से विष का प्रभाव दूर हो जाता है। दंश वाले स्थान पर इसके पत्तों का लगातार प्रयोग करते रहने से विष का प्रभाव मस्तिष्क के ज्ञान तन्तुओं पर नहीं होने पाता—यह विदेशी डाक्टरों का मत है।

बिच्छू, छिपकली आदि का विषय

बिच्छू, छिपकली, बरं, ततैया आदि के दंश किये हुए स्थान पर पान के पत्तों का रस मलने से वेदना दूर होती है तथा विष-प्रकोप शान्त हो जाता है ।

भांग, गांजा, अफीम एवं मदिरा का नशा

भांग, गांजा, अफीम तथा मदिरा के नशे को उतारने के लिए पान के पत्तों के स्वरस को छाछ के साथ मिलाकर पीने से लाभ होता है ।

सन्तति-निरोध

(१) पान के पत्तों के स्वरस में कबूतर की बींट मिलाकर पिलाने से गर्भ नहीं ठहरता ।

(२) पान की जड़ के चूर्ण १ से २ माशा तक को कालोमिर्च के साथ सेवन कराने से भी गर्भ-स्थिति नहीं हो पाती ।

शीतजन्य स्वर-भङ्ग

पान के बीड़े में मुलहटी का चूर्ण डालकर सेवन करने से शीत-जन्य स्वरभङ्ग दूर होता है ।

स्वर-शुद्धि

पान की बेल की जड़ को मुंह में रखकर चूसने से स्वर-शुद्धि होती है ।

कफजन्म कण्ठावरोध

(१) पान के पत्तों का स्वरस २ तोला में ४ रत्तों कालोमिर्च

का चूर्ण तथा ६ माशे शहद मिलाकर सेवन करने से कफजन्म कष्ठावरोध दूर होता है।

(२) दो-चार पान के बोड़े बनाकर उनमें ५ नग कालोमिर्च डालकर खाने से कफजन्म कष्ठावरोध में लाभ होता है।

नासास्राव

पान का स्वरस २-२ तोले तक की मात्रा में दिन में २-३ बार पिलाते रहने से अत्यधिक नासास्राव (नाक से पानी गिरना) में लाभ होता है।

जुकाम

(१) पान के पत्ते नग ३ तथा तुलसी के पत्ते नग १०-१२ लेकर छोटे-छोटे टुकड़े कर लें अथवा कतर लें। फिर उन्हें १० तोला पानी में डालकर पकायें। जब आधा पानी शेष रह जाय, तब उसमें १ तोला शहद मिलाकर दिन में ३ बार पिलायें। हर बार ताजा क्वाथ बनाकर देने से जुकाम में शीघ्र लाभ होता है।

(२) पान के पत्ते नग ४ का स्वरस निकाल कर, उसे आग पर थोड़ा सा गुनगुना करके पिलाते रहने से भां जुकाम में लाभ होता है।

बच्चों का डिप्थीरिया

(१) थोड़े से गरम पानी में पान के ४ पत्तों का स्वरस मिलाकर कुल्ले कराने से बच्चों के डिप्थीरिया रोग में लाभ होता है।

(२) पान के तेल को १ बूंद का १० तोला गुनगुने पानी में मिलाकर कुल्ले कराने से भां बच्चों के डिप्थीरिया रोग में लाभ

होता है। पान के तेल को गरम पानी में उबालकर उसकी भाप भी सुंघाई जाती है।

बच्चों का अजीर्ण

पान के रस में थोड़ा-सा शहद मिलाकर चटाने से बच्चों के आध्मा तथा अजीर्ण रोग में लाभ होता है। इससे अपानवायु की रुकावट दूर हो जाती है।

बच्चों की कुकर खांसी

पान के रस में थोड़ा-सा शहद मिलाकर चटाने से बच्चों की खांसी, सूखी खांसी तथा कुकर खांसी में लाभ होता है।

बच्चों की कोष्ठ बढ़ता

पान के डंटल को अरण्डी के तेल में भिगोकर अथवा उसके ऊपर थोड़ा-सा साबुन का भाग लगाकर गुदा में प्रवेश कराने से मल निकल जाता है तथा कोष्ठ बढ़ता दूर होकर अफारी, बेचैनी तथा उदरशूल में राहत मिलती है।

बच्चों की छाती का कफ

बच्चे की छाती में कफ भर गया हो तो पान के पत्ते पर एरण्ड का तेल चुपड़कर, उसे अग्नि पर तपाकर थोड़ा-सा गुनगुना कर लें। फिर उस पत्ते को बालक की छाती पर बांध दें, तो उसके प्रभाव से कफ पतला होकर बाहर निकल जायगा।

बच्चों के रोगों पर अनुपान

बच्चों के जुकाम, खांसी, ज्वर आदि रोगों में मुख्य औषध के साथ अनुपान के रूप में पान के स्वरस का सेवन कराने से शीघ्र लाभ होता

अण्डकोषों में पानी उतर आना

अण्ड कोषों में पानी उतरने की प्राथमिक अवस्था में ५-६ बंगला पानों को गर्म करके उन्हें अण्डकोषों पर बांधते रहने से लाभ होता है। यदि इससे अधिक गर्मी का अनुभव हो तो १-२ पान ही बांधने चाहिए। यदि नित्य बांधने से कुछ परेशानी सी अनुभव हो तो १-२ दिन के अन्तर से पान बांधने चाहिए।

वेदना युक्त व्रण

पान के ताजे कोमल पत्तों पर घी अथवा औषधीय तेल चुपड़ कर बांधने से वेदना युक्त व्रण तथा फफोलों पर लाभ होता है। इससे व्रणों का शमन एवं शोधन भी हो जाता है।

मुंह के छाले

पान के पत्तों के स्वरस को शहद के साथ चटाने से मुंह के छालों तथा मुखपाक रोग में लाभ होता है।

शूल और शोथ

पान के पके पत्तों को गरम करके बांधने से सामान्य शोथ, गुंथि शोथ, स्तनशोथ, पार्श्वशूल, नलिका-शोथ, स्वर-यन्त्र शोथ, तयक-श्वास आदि में लाभ होता है।

कफ प्रधान रोगों में पान विशेष लाभकारी है। तमक श्वास, नलिका-शोथ तथा स्वर-यन्त्र शोथ में रोगी स्थान पर पान के पत्तों को बांधने के साथ ही यदि पान का स्वरस मिलाया भी जाय तो शीघ्र लाभ होता है।

पार्श्वशूल आदि में पान के पत्तों को पुल्टिस के रूप में भी बांधा जा सकता है।

श्लीपद

प्रतिदिन ७ पान के पत्तों को पोस कर कल्क बनायें, फिर उसमें ६ माशे तक सेंधा नमक का चूर्ण मिलाकर जल के साथ सेवन करते रहें तो श्लीपद रोग में लाभ होता है।

इस प्रयोग को २१ दिन तक नियमित रूप से करते रहने के बाद ३ दिन के लिए बन्द कर देना चाहिए।

इस योग द्वारा यदि किसी कारणवश लाभ न हो सका तो कोई हानि भी नहीं होगी, अतः इस योग का निर्भयतापूर्वक प्रयोग किया जा सकता है।

सिर दर्द

पान के पत्तों को गुनगुना करके कनपटी पर बांधने से सिर का दर्द दूर हो जाता है।

कान का दर्द

ठंडी हवा अथवा ठंडे पानी के आघात से यदि कान में दर्द हो तो पान के पत्तों के स्वरस को थोड़ा-सा गुनगुना करके दर्द वाली कान में डाल दें तथा ऊपर से सेंक करें तो पर्याप्त लाभ होगा।

यदि कान पक गया हो और उसमें से मवाद बहता हो तो उसके लिए भी यह योग अत्यन्त लाभकारी रहेगा।

आंखों की वात पोड़ा

पान के पत्तों के स्वरस को कुछ बूंदें डालने तथा पान के ऊपर घों चुपड़ कर आंखों पर बांधने से नेत्रों की वात पोड़ा में लाभ होता है।

नेत्राभिष्यन्द

पान के स्वरस में थोड़ा सा शहद मिलाकर आंखों में डालने से नेत्राभिष्यन्द में लाभ होता है। यह योग रतौंधी में भी हितकर है।

हृदय की दुर्बलता

पान के स्वरस में दूनी शक्कर मिलाकर शर्बत बना लें। इस शर्बत के सेवन से निर्बलता के कारण बार-बार घड़कने वाली हृदय की तीव्र गति में सुधार होता है तथा पाचनशक्ति बढ़ती है।

ज्वर

(१) पान का स्वरस ४ माशा तक को, गुनगुना करके दिन में २-३ बार मिलाने से सामान्य ज्वर में लाभ होता है।

(२) पान के स्वरस को शहद में मिलाकर चटाने से भी सामान्य ज्वर में लाभ होता है।

विषम ज्वर

लाल फिटकरी का फूला १ माशा को पान के रस के साथ ज्वर बढ़ाने से ३ घंटा पूर्व मिलाने से इकतारा, तिजारी, चौथैया तथा प्रति दिन के विषमज्वर (मलेरिया) में लाभ होता है।

श्वास

श्वास के दौरे के समय दो पानों का साधारण बीड़ा बनाकर, उसमें २ नग काली मिर्च तथा १ नग छोटी इलायची डालकर, धीरे-धीरे खूब चबाकर उसके रस को निगलते रहने से श्वास का वेग कम होकर, आराम की अनुभूति होती है।

आयु एवं प्रकृति अनुसार कालीमिर्चों की संख्या को २ से ५ तक किया जा सकता है।

आमाशय की निर्बलता

पान के बीड़े में १ रत्ती सेंधानमक डालकर दिन में ३-४ बार सेवन करने से आमाशय की निर्बलता, क्षुधामांघ, आलस्य तथा आम एवं कफ की वृद्धि आदि विकार दूर होते हैं।

मुंह की दुर्गन्ध

पान के बीड़ों में कत्या-चूना के साथ ही २ रत्ती शीतल मिर्च, १ रत्ती जावित्री, १ रत्ती छोटी इलायची के दाने तथा चौथाई रत्ती कपूर डालकर दिन में २-३ बार धीरे-धीरे चबाते रहने से मुंह की दुर्गन्ध दूर होती है।

पान के विशिष्ट औषधीय योग

पान के विशिष्ट औषधीय-योगों को नीचे लिखे अनुसार समझना चाहिए—

ताम्बूला सब [१]

अच्छे पके पानों का स्वरस १ सेर लेकर, उसे किसी कांच अथवा चीनी मिट्टी के पात्र में भर दें। फिर उसमें २॥ सेर शुद्ध शहद, १ सेर खांड, आधा सेर मद्यार्क (४५ प्रतिशत. वाली शराब) तथा ४-४ तोले सोंठ, अतीस, दालचीनी, नागकेशर, अकरकरा तथा तुलसी की मंजरी का चूर्ण मिला दें। तत्पश्चात् बर्तन का मुंह भली-भांति बन्द करके उसे कपड़ मिट्टी कर, १५ दिन तक किसी सुरक्षित स्थान में रक्खा रहने दें तत्पश्चात् छानकर प्रयोग में लायें।

मात्रा—१ मासे से १ तोला तक, प्रातः-सायं।

यह आसव ज्वर-नाशक, अग्निदीपक, कार्योंदीपक तथा बलकारक है। इसके सेवन से कफज, कास आदि विकार शीघ्र दूर हों

जाते हैं। सन्निपात को अन्तिम अवस्था में यह अक्षय्यन्त प्रभावकारी सिद्ध होता है

ताम्बूलासव [२]

सर्वप्रथम मिट्टी के एक शुद्ध मटके को जामुन के नये हरे पत्तों के क्वाथ से भली-भांति धोकर स्वच्छ कर लें। फिर उसके भीतर लाख का लेप करें। जब लेप सूख जाय, तब उसे खांड तथा अण्ड की धूनी देकर पृथ्वी में इस प्रकार गाढ़ें कि आधा मटका जमीन के भीतर और आधा ऊपर रहे।

फिर, उस मटके में १५०० पानों को कूट-पोसकर डाल दें तथा २८ तोला घाम के फूल, आधा सेर सुपारी का चूर्ण, आधा सेर कत्या का चूर्ण, ५ सेर शहद, ७।१ सेर पानी, ८ तोला कंकोल (कबाब चीनी) का चूर्ण, ८ तोला पीपल का चूर्ण तथा ४-४ तोला हरड़, बहेड़ा, आवला, जायफल, बड़ी इलायची तथा लोंग के फूलों का चूर्ण मिला दें।

३ दिन तक इन सब वस्तुओं को स्वच्छ हाथों से मलते रहें। जब सब द्रव्य एकरस हो जायें और मटके में सू-सू शब्द होने लगे। तब १५ सेर गुड़ को १३ सेर पानी में मिलाकर अग्नि पर गरम करें और गुड़ के भली-भांति धुल जाने पर उस पानी को पूर्वोक्त मटके में भर दें। तत्पश्चात् मटके का मुंह ढककर तथा कपड़ मिट्टी करके उसे १ मास तक सुरक्षित रक्खा रहने दें। तत्पश्चात् मटके का मुंह खोलकर उसमें भरे आसव को बाहर निकालकर तथा छानकर बोतलों में भर लें।

मात्रा—१ तोला, प्रातः-सायं।

यह आसव बलवर्द्धक, वीर्योत्पादक तथा कान्तिवर्द्धक है। १ वर्ष तक नियमपूर्वक प्रतिदिन सेवन करते रहने पर यह आयु की

वृद्धि करता तथा शरीर को स्वस्थ बनाये रखता है। सब प्रकार के कफ-विकार, अर्श (बवासीर) तथा अश्मरी रोग (पथरी) में यह विशेष लाभकारी है।

इस आसव की गंध, स्वाद तथा रंग-रूप सभी उत्तम तथा आकर्षक होते हैं।

अर्क ताम्बूल

अच्छे पके हुए पान नग १२२५, घाय के फूल १० सेर, गुड़ १० सेर, शहद ६ सेर तथा जायफल का मोटा चूर्ण ५ तोला लेकर, इन वस्तुओं को १॥ मन पानी में २४ घंटे तक भिगोये रखने के बाद भभके से १० सेर अर्क खींचलें।

मात्रा—६ माशे से १ तोला तक प्रातः-सायं।

यह अर्क शरीर के आभ्यन्तरिक अवयवों की पुष्टि करता है तथा बलवर्द्धक, पाचक, शोषनाशक एवं कामोद्दीपक है।

शर्बत ताम्बूल [१]

अच्छे पके हुए ५० नग पानों के छोटे-छोटे टुकड़े कर उन्हें १०० तोला पानी में पकायें। जब आधा पानी शेष रह जाय, तब उसे छान लें। फिर उसमें ५० तोला शक्कर मिलाकर पुनः आग पर चढ़ाकर एक तार की चाशनी पका लें। फिर नीचे उतारकर, शीतल हो जाने पर बोतलों में भरकर रख लें।

मात्रा—२ से ३ तोला तक, समभाग जल मिलाकर, दिन में २ या ३ बार।

यह शर्बत हृदय के विकारों पर विशेष लाभ करता है। इसके सेवन में हृदय बलवान होता है, हृदय-दौर्बल्य-जाम श्वास का दौरा कम होता है तथा पाचन-क्रिया सुधर जाती है।

इस शर्बत की चाशनी को पकाने के बाद उसमें यदि यथोचित मात्रा में लोंग, जावित्री तथा केशर का चूर्ण भी मिला दिया जाय तो यह और भी अधिक गुणकारी, उत्तेजक, हृदय को बलप्रदायक तथा वाजीकरण हो जाता है।

शर्बत ताम्बूल [२]

बंगला पानों का स्वरस २० तोला में आधा सेर मिश्री मिलाकर एक तार की चाशनी तैयार कर लें, फिर उसमें ६-६ माशे छोटी इलायची के बीज, छोटी पीपल तथा वंश लोचन का चूर्ण तथा ३-३ माशे तज, लोंग एवं केशर का चूर्ण मिलाकर खूब घोंट देने के बाद बोतलों में भरकर रख लें।

मात्रा—६ माशे से १ तोला तक, दिन में ३ बार।

इस शर्बत को चाटने से दूषित कफ बाहर निकल जाता है तथा कास-श्वास रोग में लाभ होता है।

आवश्यक ज्ञातव्य

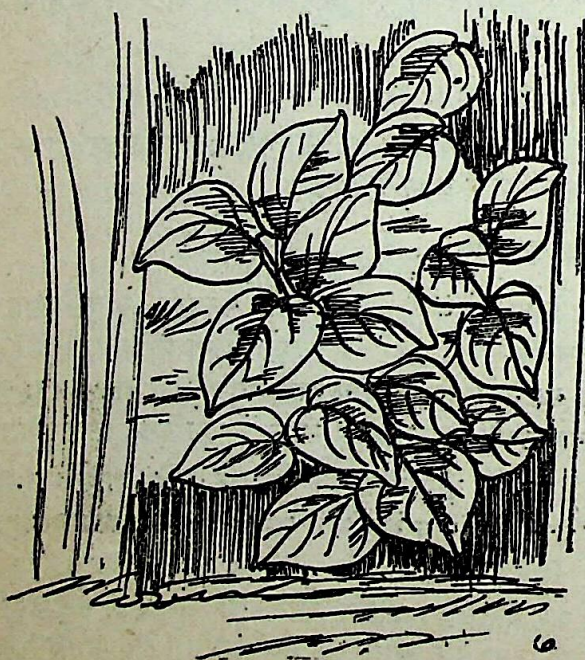
(१) पान के बीड़े में जावित्री, कस्तूरी, कपूर तथा सुपारी आदि डालकर सेवन करने से कामोत्तेजना अधिक होती है। अतः ऐसे बीड़े का सेवन निर्बल वीर्य वाले मनुष्यों को नहीं करना चाहिए, क्योंकि वह उनके लिए लाभ के स्थान पर हानिकर सिद्ध होगा।

(२) पान के बीड़े में कोकेन रखकर खाने वाले व्यसनी लोग भी पाये जाते हैं। पान में कोकेन खाने से कामवासना अत्यधिक बढ़ जाती है, जिसकी पूर्ति के बाद आने वाली शिथिलता शरीर का सर्वनाश कर देती है। कोकेन खाने की लत ऐसी पड़ जाती है कि फिर उसके बिना पान खाया ही नहीं जाता। ऐसे कोकेन युक्त पान का बीड़ा खाने वाले लोग वासना-पङ्क में गिरकर शीघ्र ही मृत्यु

का शिकार बन जाते हैं। अतः पान के बीड़े में कोकेन का सेवन भूलकर भी नहीं करना चाहिए।

पान की खेती

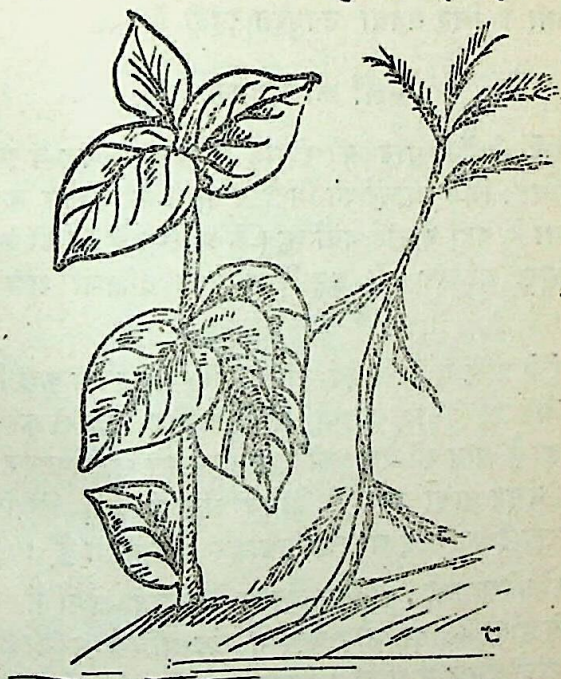
पान को फसल के लिए मानसूनी वातावरण अधिक उपयुक्त रहता है। केरल के समुद्र तटवर्ती क्षेत्र, बम्बई का बेसिन क्षेत्र, असम का पर्वतीय क्षेत्र तथा प्रायद्वीपीय भूमि के दक्षिण-पश्चिमी तट के वन पान की खेती के लिए अत्याधिक उपयुक्त स्थल हैं।



पान की खेती के लिए इस प्रकार का मिट्टी वाला भूमि उपयुक्त रहती है, जो उपजाऊ हो और जिसमें पानी के निकास का अच्छा

प्रबन्ध होता है, वहां पान की बेलें भली भांति पनपती हैं। नमकीन तथा क्षारीय भूमि में पान की खेती नहीं की जा सकती।

पान के खेत इस प्रकार रखे जाते हैं कि वे दोनों ओर से ढाल हों। ऐसे खेतों में पानी के निकास की सुविधा रहती है।



विभिन्न राज्यों में पाई जाने वाली लाल, खाकी तथा मध्यम काली मिट्टियों में भी पान की फसल उगाई जा सकती है। तमिल-नाडू तथा मैसूर के विभिन्न भागों में विभिन्न प्रकार की मिट्टियों में पान की फसल उगाई जाती है, परन्तु सभी जगह पानी के निकास वाली तथा कीचड़ युक्त गिलावा मिट्टी पान की खेती के लिए सबसे अच्छी समझी जाती है।

लाल तथा बलुई मिट्टियां भी पान की खेती के लिए उपयुक्त पाई गई है, परन्तु बहुत गहरी कोचड़ वाली, पानी के ठहराव वाली जिनकी भीतरी तहें अम्ल हों तथा नमक अथवा क्षार युक्त जमीनें इस की खेती के लिए सर्वथा उपयुक्त रहती हैं।

बेलों की रोपाई

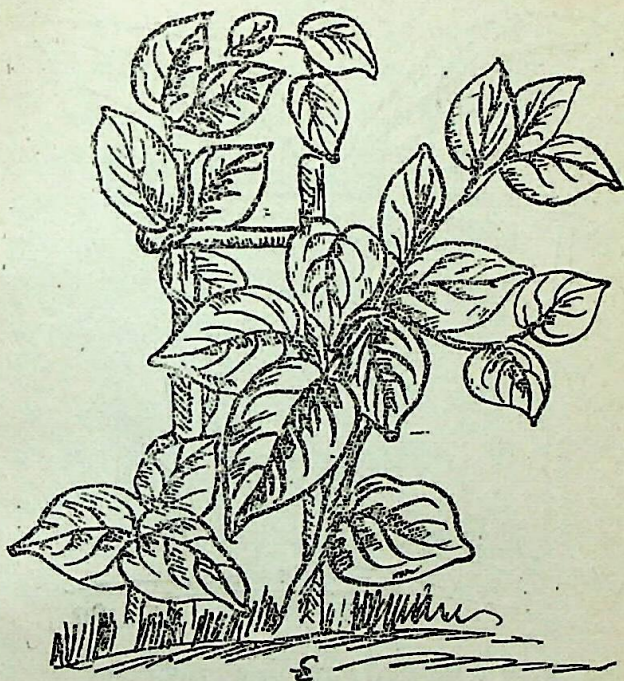
विभिन्न क्षेत्रों में पान की रोपाई का समय अलग-अलग होता है। सामान्यतः जिन स्थानों की मिट्टी में पानी के निकास का प्रबन्ध अच्छा होता है, वहां रोपाई वर्षा ऋतु के प्रारम्भ में ही की जाती है। केरल, मैसूर, आसाम की पहाड़ियां तथा दक्षिणी क्षेत्र ऐसे ही स्थान हैं।

बम्बई के दक्षिणी जिले एवं आंध्र तथा मैसूर के कुछ जिलों में जहां कि शेवरी,, पंगाए, अगाथी आदि सजीव सहारों का उपयोग किया जाता है, पान की बेल की रोपाई अगस्त से अक्टूबर तक की जाती है। मैसूर तथा बम्बई के बेसिन क्षेत्र में, जहां कि हल्की ठंड पड़ती है रोपाई का कार्य अक्टूबर-नवम्बर तक होता है।

उत्तर प्रदेश तथा पश्चिमी बंगाल के मैदानी-क्षेत्रों में, जहां कि वर्षा देर से होती है तथा शीत ऋतु में ठंड अधिक पड़ती है, रोपाई का कार्य मार्च-अप्रैल में आरम्भ किया जाता है तथा दक्षिण भारत में रोपाई का कार्य मई- जून से आरम्भ होता है तथा उत्तरी भारत में मार्च-अप्रैल के अन्त तक समाप्त हो जाता है।

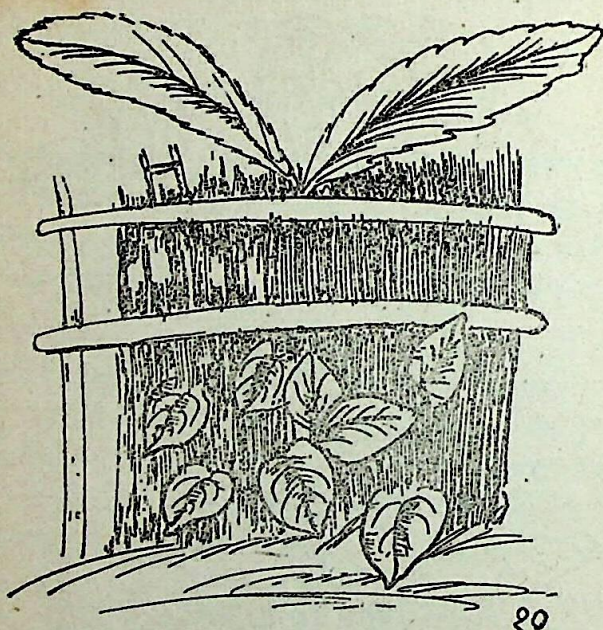
पान की बेल के पर्याप्त बड़े हुए पौधों में से काटी गई कलमों द्वारा नई पौध रोपने का कार्य किया जाता है। बेल के निचले भाग में से प्राप्त की गई कलमें अंकुराने में अधिक समय ले लेती हैं तथा कभी-कभी असफल भी हो जाती हैं, अतः बेलों के उपरी भाग से प्राप्त

कलमें रोपाई के लिए अच्छी रहती है और वे सरलतापूर्वक जड़ें पकड़ लेती हैं।



रोपाई के लिए बेलों के टुकड़े कितने बड़े होने चाहिए—इसका कोई निश्चित परिमाण नहीं है। विभिन्न क्षेत्रों में विभिन्न प्रकार के टुकड़े काम में लाये जाते हैं। स्थाई पौधों के लिए ३ फुट तक लम्बे टुकड़ों की रोपाई की जाती है। महाराष्ट्र, बम्बई, तमिल नाडु, मैसूर आदि में १॥ फुट तक के तथा उत्तर प्रदेश एवं पश्चिमी बंगाल में ३-४ इंच तक के लम्बे टुकड़े ही रोपाई के लिए पर्याप्त समझते हैं।

बीघों की रोपाई ३ से ६ इंच तक के अन्तर से पक्तियों में की जाती है। विभिन्न क्षेत्रों में एक एकड़ भूमि में ८ हजार से २५ हजार तक टुकड़े लगाए जाते हैं।



रोपाई करने से पूर्व पहले ब्यारियों को सींचा जाता है, फिर वेलों के टुकड़े के निचले सिरे को थोड़ा-सा मोड़ कर जमीन में रोप दिया जाता है।

पान की कलमें लगभग ३ सप्ताह में जम जाती हैं तथा एक महीने में उनमें पहली पत्ती फूट आती है। वेलों के जमजाने के बाद उनकी उचित देखभाल, वेलों को संहारों पर चढ़ाना, छाया के अनुकूल बनाना, निराई, मिट्टी चढ़ाना, सिरे छांटना, सिंचाई, पानी की

निकासी, पत्तों का चुनाव तथा बेलों का उतारना आदि कार्य सावधानीपूर्वक करने चाहिए।

पानी की बेल के लिए सहारे की आवश्यकता होती है ये सहारे सजीव अथवा निर्जीव वस्तुओं के हो सकते हैं।

सामान्यतः पान की बेलें एक वर्ष में १० से १५ फुट तक की ऊंचाई तक उठती हैं। इस ऊंचाई पर पहुंचने के बाद उनमें सामान्य आकार के पत्ते उत्पन्न करने की क्षमता कम रह जाती है, अतः उन्हें वर्ष में एक बार घरती पर नीचे उतार देने से उन्हें पुनः उचित आकार के पत्रोत्पादन की शक्ति से सम्पन्न कर दिया जाता है। बेल को नीचे उतारने के बाद उसकी कुण्डली की गई सभी गांठों से कतले फूटने लगते हैं तथा उतनी ही प्रारम्भिक बेलें उत्पन्न हो जाती हैं, अतः बेलों का उतारा जाना अत्यन्त आवश्यक है। टहनियों के बढ़ने पर बेलों को पुनः ऊपर चढ़ाया जाता है। पुनः चढ़ाई का काम दूसरी उतराई तक चलता रहता है।

पान की खेती के सम्बन्ध में विस्तृत जानकारी के लिए हमारी 'पान की काश्त' नामक पुस्तक का अध्ययन करना चाहिए।

हमारे यहाँ की छपी कर्मकाण्ड, कथाएं, माहात्म्य (पूजा पाठ), उपासनायें व धार्मिक पुस्तकें

कर्मकाण्ड	कथाएं	माहात्म्य	उपासनाएं
1 विवाह पद्धति	3.00	1 सत्यनारायण स्त कथा भाषा 1.00	1 राम उपासना (राम पूजा) 6.00
2 हवन पद्धति	3.00	2 सत्यनारायण स्तकथा भा. टी. 1.00	2 कृष्ण उपासना (कृष्ण पूजा) 6.00
3 मूल शान्ति	3.00	3 सोमवार स्त कथा 1.00	3 हनुमान उपासना (हनुमान पूजा) 6.00
4 चणक शान्ति	3.00	4 मंगलवार स्त कथा 1.00	4 शिव उपासना (शिव पूजा) 6.00
5 रथ नारायण बली	3.00	5 बुधवार स्त कथा 1.00	5 भैरव उपासना (भैरव पूजा) 6.00
6 एकलक्ष्मी स्मरण	3.00	6 गृहस्मृतिवार स्त कथा 1.00	6 गणेश उपासना (गणेश पूजा) 6.00
7 महावीर पद्धति	3.00	7 शुक्रवार स्त कथा 1.00	7 लक्ष्मी उपासना (लक्ष्मी पूजा) 6.00
8 एक षष्ठे में विवाह संस्कार	4.50	8 शनिवार स्त कथा 1.00	8 काली उपासना (काली पूजा) 6.00
9 ज्योतिष सर्व संग्रह	4.00	9 रविवार स्त कथा 1.00	9 विष्णु उपासना (विष्णु पूजा) 6.00
10 पूजा भास्कर	6.00	10 महा लक्ष्मी स्त कथा सरल भाषा 1.00	10 गायत्री उपासना (गायत्री पूजा) 6.00
11 पूजा पद्धति	6.00	11 महा लक्ष्मी स्त कथा भा. टीका 1.50	11 श्रीराम उपासना (श्रीराम पूजा) 6.00
12 शिव महापुराण	18.00	12 बली पूजा स्त कथा 1.50	12 दुर्गा उपासना (दुर्गा पूजा) 8.25
13 तुलसी रामायण	18.00	13 धनुष स्त कथाएं 1.50	13 बड़ा भक्ति सागर 6.00
14 बाल्मीकी रामायण	18.00	14 हस्ताङ्किका स्त कथा 1.50	14 देवी देवताओं की आराधना 3.00
15 महाभारत भाषा	18.00	15 पञ्चन पद्धति, सूर्य षष्ठो 1.50	15 दुर्गा पुष्पंजली 6.00
16 महाभारत भाषा बड़ा	36.00	16 सोलह सोमवार स्त कथा 1.00	16 प्राचीन ब्रह्मज्ञान भजनमाला 6.00
17 रामायण राधेश्याम	10.00	17 प्रभातस्था स्त कथा 1.00	17 दृष्टान्त महासागर 6.00
18 श्याम कुच सागर	18.00	18 प्रबोध स्त कथा 1.50	18 श्रीराम भजन संग्रह 6.00
19 श्री नरभगवत श्रीलाल कृत	10.50	19 जन्माष्टमी स्त कथा 1.00	19 वैष्णो देवी यात्रा 4.50
20 महाभारत वर्तन राधेश्याम	15.00	20 श्राद्ध महानों के स्त. लोहार 4.50	20 माता विद्या भेदा सच्चिन् 4.50
21 ज्योतिष विज्ञान	8.25	21 सर्वदेव पूजा 1.50	21 सर्वदेव उपासना (सर्वदेव पूजा) 6.00
22 सरल ज्योतिष शास्त्र	8.25	22 श्रु संहिता फलित प्रकाश 51.00	22 सर्वदेवी उपासना (सर्वदेवी पूजा) 6.00



इसके अतिरिक्त हर प्रकार की धार्मिक पुस्तकों को विस्तृत (धार्मिक व बड़े-छोटे ग्रन्थ) नामक पुस्तक संग्रह में माहात्म्य भा. हर प्रकार की पुस्तकें मिलने तथा धर्मो. पी. द्वारा संग्रहित का एकमात्र स्थान

हिन्दू पुस्तक भण्डार, स्वामी बावली, दिल्ली-6
 शोक बिपी केन्द्र: गली केदार नाथ, चावड़ी बाजार, दिल्ली-6
 शो.सं: नई सड़क, दिल्ली-6 । फोन: 269314-265403-264191

पान के गुण तथा उपयोग

नाम—संस्कृत : ताम्बूल, हिन्दी : पान, अंग्रेजी : पीटल ।

बानस्पतिक विवरण—पान की अनेक किस्में होती हैं,। इसके पत्तों से सभी भारतवासों भली-भांति परिचित हैं। इसकी बेल होती है। पान को खेती भारत के विभिन्न भागों में की जाती है।

गुण-धर्म—यह उष्णवीर्य, कफघात शामक, पित्त प्रकोपक, दीपन, पाचन, अनुलोमन, दुर्गन्धि नाशक, हृदयोत्तेजक, वाजीकरण, व्रणरपक, रक्तपित्तकर तथा वेदना शामक है। वातरक्त, पीनस, कास, कंठू, कृमि, शोथ, ज्वर आदि में इसका प्रयोग किया जाता है।

उपयोग—१—कत्था, चूना तथा सुपारी के साथ पान का उपयोग मुख-चुद्धि के लिए सम्पूर्ण भारत में प्रचलित है।

२—सिर दर्द में पान के पत्तों को कनपटी पर बांधने से लाभ होता है।

३—पान के पत्तों को गरम करके बांधने से शोथ एवं वेदना में लाभ होता है।

४—बरे-ततैया आदि के काटने पर दंशित स्थान पर पान के पत्तों का रस मलने से वेदना एवं विष-प्रकोप की शांति होती है।

५—पान के रस को गरम करके ४ मासे तक की मात्रा में दिन में २-३ बार पिलाने से सामान्य ज्वर में लाभ होता है।

‘पान’ के विषय में विस्तृत जानकारी तथा औषधीय प्रयोगों के सम्बन्ध में भीतर के पृष्ठ पढ़ें।

हर प्रकार की पुस्तकें मिलने तथा बी०पी०पी० द्वारा संग्रहण का एकमात्र स्थान



हिन्दु पुस्तक भण्डार, खारी बावली, दिल्ली-6

शोक बिक्री केन्द्र: गली केदार नाथ, चावडी बाजार, दिल्ली 6.

श्री रुम: नई सड़क, दिल्ली-6. फोन: 269314, 265403, 264191